



# MEDLEMS KONTAKT

NR. 4/2019



# GOD JUL



JAN ERIK THORESEN

Leder

## God jul og godt nytt år

### Innhold

- 2 Leder
- 3 Til ettertanke
- 4 Julehilsen
- 6 Ny offentlig tjenestepensjon
- 10 Det moderne Forsvarets avhengigheter og sårbarheter
- 15 Rhin-og Moseldalen med vinfestival
- 18 Eldre er ikke pleietrengende – eldre er ressurser
- 20 Tur til Svalbard
- 25 Tur til Montenegro

Nok en gang står vi med et år bak oss, og et nytt år foran oss. Det er tiden for tilbakeblikk og refleksjon over utvikling og endring det siste året. Hva har skjedd, hvordan er status og hvilke føringer legger det på neste års utvikling. For egen del har jeg fulgt nøye med på Forsvarssjefens (Fsj) militære råd (FMR) som ble overlevert regjeringen 8. oktober. Dette FMR peker på en helt ny retning for Forsvaret. Det legger opp til en oppbygging av Forsvaret gjennom 4 mulige løsninger, hvor Fsj har anbefalt alternativet som gir den største økningen av Forsvaret. Hele rasjone for denne anbefalingen er at Fsj mener at Forsvaret i dagens sikkerhetspolitiske situasjon ikke er i stand til å løse sine oppgaver. Det skal bli spennende å følge med på hvilket alternativ Regjering faller ned på og hva Stortinget beslutter. Og ikke minst hvilket alternativ politikere i fremtiden viser i handling at de støtter gjennom finansiering av Forsvaret.

Forhandlinger om særaldersgrenser i offentlig sektor er i gang. Dette er en av de siste brikkene i pensjonsreformen som skal på plass. Dagens særalderssystem er ikke tilpasset pensjonsreformen og må derfor endres. Vi skulle hatt et resultat pr 1. november, men partene kom ikke til enighet og ble enige om å sette ny frist for forhandlingene til 1. februar

2020. Disse forhandlingene kommer vi til å følge tett, da resultatet vil ha stor betydning for alle med rett til å gå av på særalder.

FSF har blitt invitert til å legge frem sine krav til statsbudsjettet for 2021 og vi skal møte arbeidsministeren med våre krav den 12. desember. Vårt eldrepolitiske dokument danner grunnlaget for våre krav. Våre krav til statsbudsjettet 2021 vil være gjenstand for de kommende drøftinger med Regjeringen.

Trygdeoppgjøret 2020 er like om hjørnet. Det er viktig for FSF at vi fortsatt har drøftingsrett med regjeringen, og ikke forhandlingsrett. Grunnen til dette er at vi ikke skal forhandle om opparbeidede rettigheter. Vi har gjennom hele vår yrkesaktive karriere forhandlet om lønn og tjent opp pensjon som en av betingelsene for ansettelsesforholdet. Ved å forhandle mister man også forutsigbarheten. FSF mener at pensjon skal reguleres ut fra lov og forskrift. Her står vi sammen med våre partnere i Seniorenes fellesorganisasjon.

En annen viktig sak FSF har jobbet med og vil ha søkelys på fremover, er eldreråd i kommuner og fylker/regioner. FSF har deltagelse i eldreråd over store deler av landet. Gjennom eldrerådene kan vi delta og påvirke at saker som er oppe til behandling, også har et seniorperspektiv. Det kan og bør



Medlemskontakt utgis av  
Forsvarets seniorforbund  
Postboks 1550 Sentrum 0015 Oslo

**Ansvarlig redaktør:**  
Jan Erik Thoresen

**Opplag:** 5.400

**Adresser og telefonnummer:**  
Leder Jan Erik Thoresen  
tlf: 23 09 33 56/488 97 060  
e-mail: jet@fsforb.no

Nestleder Per Anders Volden  
tlf: 23 09 39 19/483 58 035  
e-mail: pavo@fsforb.no

Sekretariatsleder Iren Isfeldt  
tlf: 23 09 32 33/926 03 257  
e-mail: iren@fsforb.no

Info- og kommunikasjonsleder/  
virksomhetskontroller  
Heidi Hovdahl Gaustad  
tlf: 23 09 38 62/452 43 560



ARNE SVILOSEN tidligere feltprost i Forsvaret.

Til ettertanke

kompensere litt på det demokratiske underskuddet som eksisterer i samfunnet, ved at seniorer er for dårlig representert i kommuner, fylker og organisasjoner forøvrig. Takk til alle fra FSF som har meldt seg til tjeneste i eldreråd.

For å ha påvirkning og tyngde i alle fora og saker vi tar opp, må vi ha en så stor medlemsmasse som mulig i ryggen. Vi ser at medlemsutviklingen fremdeles går feil vei. Så gå derfor ut og verv et medlem eller to til forbundet. Det vil utgjøre en forskjell med tanke på innflytelse, og derved en god ivaretagelse av oss seniorer.

Til slutt vil jeg takke alle dere våre tillitsvalgte og medlemmer som har jobbet for FSF gjennom året som har gått. Jeg vil også takke alle våre samarbeidspartnere og støttespillere for støtten dere har gitt oss gjennom året.

Jeg ønsker dere en riktig god jul og et fredfullt nytt år.

*Jan Eil Thoresen*

## VÅR JULEFEIRING

Når dette skrives, er jeg nettopp kommet tilbake fra en interessant rundreise i Israel. Turen startet i den nordlige delen av landet med Tiberias og Genesaretsjøen som de kjente steder, gikk videre nedover Jordandalen til Dødehavet, så oppover til Jerusalem som ligger på ca 800 meters høyde. Der var jeg noen dager før å besøke de meste kjente steder, bare avbrutt av en tur til Betlehem. På turen var jeg i palestinske selvstyreområder, i deler av landet med delt styre og i rene israelsk- styrtede områder.

Det er mange høydepunkter på en slik reise og en av dem er nok besøket i Betlehem. I dag er byen en palestinsk by, det var den ikke på Jesus tid, da var den jødisk med en stolt arv som pekte bakover til kong David.

Det å komme ut av fødselskirken og grotten der tradisjonen sier Jesus ble født og ut til bønnene fra minareten i moskeen, gjør inntrykk.

Når vi feirer jul i Norge, feirer vi norsk jul. Men ikke bare det. Vår julefeiring står i skjæringspunktet mellom de norske tradisjoner og andre kulturer som har blitt en del av vårt samfunn. Og dessuten er gutten vi feirer, et jødisk guttebarn. Jesus og Betlehem er møtepunkt for jødisk historie, kristen tradisjon og muslimske omgivelser.

På hyrdemarkene lød det «fred på jorden». Og vi synger om det i den salmen vi alle kjenner - Deilig er jorden: «fred over jorden, menneske fryd deg». Men slik er det sannelig ikke i våre dager. Tvert i mot - det er mye ufred i Det hellige land og i andre land i vår verden. Vi trenger mer enn noen gang fredsbudskapet fra han som er fredens Gud.

Men hvor kommer julen fra? Det blir ofte hevdet at de kristne tok over en solfest den 25 desember etter at keiser Aurelius i år 274 e Kr gjorde denne dato til en festdag for den uovervinnelige sol. Nå finnes det klare indikasjoner på at Jesu fødselsfest er blitt feiret i lang tid før keiser Augustus introduserte solfesten. Det finnes skrifter som tyder på at feiringen av 25 desember som Jesu fødselsdag går helt tilbake til tiden før Jerusalems fall år 70.

Så vil jeg avslutte med biskop Ambrosius fra 300-tallet: «Heile verdi undrast på kvi du såleis koma må».

Redaksjonen avsluttet 27.11-2019

Stofffrist nr 1/20 er 25.03-2020

Design: John Rønning



Dette produktet er trykt etter svært strenge miljøkrav og er Svanemerkt, CO2-nøytralt og 100 prosent resirkulerbart.

Grafisk produksjon:  
07 Media as [www.07.no](http://www.07.no)

# En ny vår for Forsvaret

*Moderniseringen av Forsvaret fortsetter. Det går mot et spennende år for alle forsvarsinteresserte*



Kjære forsvarsvenner,

Ved slutten av et år er det tid for å oppsummere året som har gått, men også å se fremover mot det som kommer. I begge tilfeller er det mye å ta tak i for de som er interessert i Forsvaret og forsvars- og sikkerhetspolitikk.

I vår ga regjeringen forsvarssjefen i oppdrag å fremme et nytt fagmilitært råd. I oktober mottok jeg rådet som blir en viktig del av prosessen frem mot en ny langtidsplan for Forsvaret. Den legger regjeringen frem for Stortinget våren 2020.

Bakgrunnen for at vi har satt i gang arbeidet med en ny langtidsplan, er at vi opplever en stadig mer utfordrende sikkerhetssituasjon i våre nærområder. Den globale utviklingen er preget av økt rivalisering mellom stormakter. Internasjonale institusjoner er under press, og regler og normer som for bare kort tid siden ble tatt som en selvfølge på den internasjonale arena, respekteres ikke lenger nødvendigvis i samme grad av alle.

I dette landskapet utfordres småstaters handlingsrom. Det kan bli en økende utfordring, også for Norge.

Vårt NATO-medlemskap er grunnplanken i norsk forsvars- og sikkerhetspolitikk. Dersom vi forventer at våre allierte skal stille opp for oss, må vi vise både evne og vilje til å støtte våre allierte når de trenger det. Det gjør vi gjennom å bidra til NATOs samlede forsvarsevne. Samtidig må vi være beredt til å ta et større ansvar for vår egen sikkerhet i våre nærområder. Ved å styrke vårt eget forsvar, bidrar vi til begge deler.

Siden denne regjeringen tiltrådte har vi arbeidet hardt og målrettet for å bygge opp og modernisere Forsvaret. I den inneværende langtidsplanen har vi hatt fokus på sette i stand det mye av det

materiellet Forsvaret har i dag. Vi har besluttet viktige investeringer i moderne og høyteknologisk materiell, og vi har igangsatt nødvendige reformer.

Nå fortsetter jobben med å bygge et moderne og relevant forsvar. I vårt forslag til statsbudsjett for 2020 øker vi forsvarsbudsjettet med over to milliarder kroner. Dette er det siste budsjettet i den langtidsplanperioden vi er inne i og bringer forsvarsbudsjettet opp i 61 milliarder kroner. Regjeringen har da fulgt opp økonomisk den planen som ble lagt for snart fire år siden.

I det kommende året skal vi investere mer i Forsvaret. Det skal etableres nytt kampluftvern og anskaffes mer ammunisjon og reservedeler. Vi fortsetter styrkingen av Finnmark landforsvar og vi viderefører det høye nivået av øving og trening i Heimevernet. For å nevne noe.

Neste år skal vi presentere en ny langtidsplan. Den vil bygge videre på alt det gode arbeidet som har blitt gjort med den inneværende planen. De grepene som ble gjort i den har vist seg å være riktige i arbeidet med å styrke og modernisere Forsvaret. Med et mer alvorlig sikkerhetspolitisk bilde må dette arbeidet fortsette med enda større styrke enn tidligere.

Bak en langtidsplan for Forsvaret må det ligge brede politiske forlik. Store investeringer og strukturendringer gjør dette både nødvendig og viktig. Forlik forplikter skiftende regjeringer og gir gode forutsetninger for at de planene som blir lagt gjennomføres. Det gir Forsvaret sårt tiltrengt forutsigbarhet. Det er slik vi bygger et Forsvar med både kampkraft og bærekraft.

*Av forsvarsminister  
Frank Bakke-Jensen (H)*



## Kjære forsvarsvenner



Nå som vi går julehøytiden i møte ønsker jeg å benytte anledningen til å oppsummere litt over året som har gått.

2019 har vært et spennende år for Forsvaret. En av de viktigste milepælene har vært arbeidet med Forsvarssjefens fagmilitære råd. 8. oktober la jeg fram min anbefaling for hvordan Forsvaret bør utvikles videre. En mer alvorlig sikkerhetssituasjon og forventninger fra NATO gjør at vi må styrke Forsvaret. Jeg har lagt frem fire alternative helhetlige løsninger med ulike ambisjonsnivå. Nå er det opp til regjering, og i neste omgang Stortinget, å beslutte hvordan Forsvaret skal utvikles.

Implementeringen av gjeldende langtidsplan for Forsvaret er i rute. Vi fortsetter å øke vår utholdenhet og vi evner å redusere våre reaksjonstider. Samtidig innfører vi nytt materiell. Før sommeren mottok vi Sjøforsvarets nye logistikk fartøy KNM Maud, og før jul vil Hæren motta sine første nye artilleriskyts av typen K-9 Thunder.

Jeg vil også trekke frem at våre F-35 kampfly har nådd en svært viktig milepæl. Etter to år med testing og forberedelser har F-35 nådd sin første operative evne og er nå klare for å løse skarpe oppdrag. Med det begynner en ny tidsalder for forsvar av Norge, og det viser at vi er i rute med innføringen av F-35 i Norge.

Forsvaret har kommet langt med å innføre ny

ordning for militært tilsatte. Jeg ser at officers- og spesialistkorpset nå begynner å fungere etter intensjonen. Vi vil ytterligere intensivere arbeidet i året som kommer. Ordningen vil sette oss i bedre stand til å utvikle og beholde kompetansen vi behøver i fremtidens forsvar. Mye viktig arbeid gjenstår, men vi er i rute og jeg ser allerede positive resultater.

Jeg har også i 2019 gjennomført en rekke inspeksjonsreiser til våre avdelinger hjemme og ute. Det gleder meg som forsvarssjef å se den profesjonalitet og innsats våre soldater viser. Våre soldater høster også anerkjennelse fra våre internasjonale samarbeidspartnere. Det er et sikkert tegn på at vi gjør mye riktig.

Til slutt vil jeg takke dere for det viktige arbeidet dere gjør som gode ambassadører for Forsvaret og for deres engasjement i forsvarsdebatten. Jeg håper dere fortsetter å engasjere dere også i tiden fremover. Nyt høytiden. Julen er en tid for samvær med familie, venner og kjente. Så ser vi alle frem til 2020 som tegner til å bli et like innholdsrikt år som 2019.

God jul og godt nyttår til dere alle!

*Beste hilsener  
Haakon Bruun-Hanssen  
Forsvarssjef*

# Ny offentlig tjenestepensjon



Av Stine Børset.

*Like før sommerferien ble regelverket for ny offentlig tjenestepensjon vedtatt. De nye pensjonsreglene innebærer en rekke loven-dringer, som til sammen utgjør den største endringen i offentlig tjenestepensjon noensinne. I forrige artikkel fikk dere en gjennomgang av hva som er vedtatt for de som er født til og med 1962. I denne artikkelen tar vi for oss ny offentlig tjenestepensjon for de som er født fra 1963 eller senere.*

## **Nyheter for de født fra og med 1963**

Kort oppsummert innebærer ny offentlig tjenestepensjon:

- Ny opptjeningsmodell innføres fra 2020 for alle ansatte født fra og med 1963
- Dagens ordning erstattes av en påslagspensjon som gir deg en pensjonsbeholdning i offentlig sektor
- AFP endres til en livsvarig ytelse, og blir mer lik AFP i privat sektor
- Dagens uføre- og etterlattepensjoner endres ikke.

I denne artikkelen går vi gjennom de to første punktene: Ny opptjeningsmodell som innebærer en overgang fra dagens ordning til en ny påslagsmodell. For alle født fra 1963 eller senere trer ny opptjeningsmodell i kraft fra og med 1.1.2020. Den opptjeningen du allerede har tjent opp i dagens ordning beholder du, og denne skal beregnes etter dagens regler. I en senere artikkel vil vi gå nærmere inn på nytt regelverk for AFP. Merk at AFP-regelverket ikke er vedtatt enda.

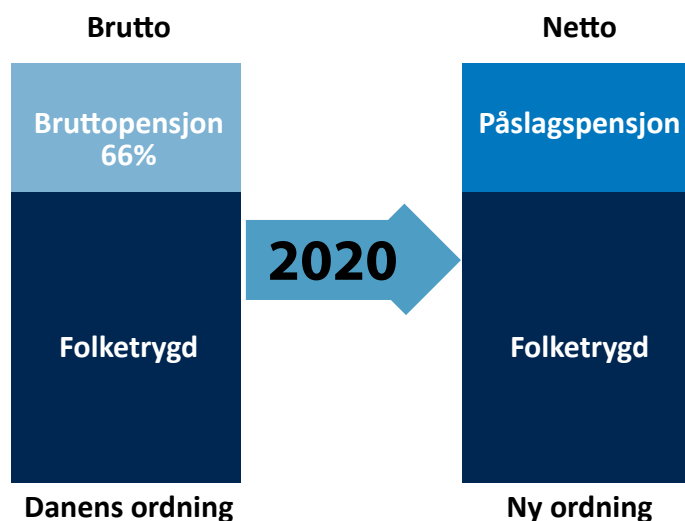
### Hva innebærer ny opptjeningsmodell?

Ny opptjeningsmodell innebærer at offentlig tjenstepensjon fra januar 2020 blir tjent opp og beregnet på en helt annen måte enn tidligere. Dagens bruttoordning går over til en påslagsmodell og kan illustreres på følgende måte:

Kort oppsummert innebærer dagens ordning at du etter 30 år, i 100 prosent stilling i offentlig sektor, til sammen får 66 prosent av pensjonsgrunnlaget ditt i pensjon fra NAV + SPK etter samordning og individuell garanti, som forrige utgaves artikkel handlet om. Har du eksempelvis jobbet i 35 år, vil ikke

dette gi mer pensjon i den offentlige tjenstepensjonsordningen, fordi 30 år er full opptjening.

Med påslagspensjon vil alle år i arbeid frem til 75 år gi opptjening til pensjon i tjenstepensjonsordningen. Det er ikke lengre noen garanti om 66 prosent og heller ingen begrensning på opptjeningen, alle år (også utover 30) teller. Jo lenger du jobber, desto mer får du i alderspensjon.



### I tillegg gjelder følgende:

- Pensjonen fra SPK i henhold til ny modell skal beregnes som et uavhengig tillegg til folketrygden
- Utbetalingene er livsvarige
- Pensjonen kan kombineres med arbeidsinntekt uten at pensjonen blir avkortet
- Pensjonen kan tas ut fra 62 år
  - Kan tas ut gradert 20, 40, 50, 60, 80 og 100 prosent
  - Graden kan endres en gang i året
  - Kan når som helst ta ut 100 prosent eller stoppe den.

Opptjening og beregning av ny offentlig tjenstepensjon blir i henhold til modellen nede på siden:

**Modellen under kan forklares slik:**

Hvert år vil et beløp tilsvarende 5,7 prosent av din pensjonsgivende inntekt i SPK bli satt inn i pensjonsbeholdningen din av din arbeidsgiver. Dette kan sammenliknes med en «sparegris» som 1963-kullet og yngre nå får tildelt for å spare tjenstepensjonen sin i fra januar 2020. Det gis opptjening for pensjonsgivende inntekt fra 0 til 12 G. Hvis du har pensjonsgivende inntekt mellom 7,1-12 G settes det i tillegg inn tilsvarende 18,1 prosent av inntekten i dette intervallet (1 G er 99 858 kroner per 1.5.2019). Det er imidlertid viktig å vite at hver enkelt av dere fortsatt betaler 2 prosent medlemsinnskudd slik at du fortsatt får alle godene medlemskapet i SPK betyr for deg. Denne skal ikke øke.

«Sparegrisen» vil etter hvert fylles

opp med pensjonspenger og vokse, og vil til enhver tid bestå av årets opptjening + regulering av tidligere års opptjening. «Sparegrisen» reguleres i henhold til regulering av grunnbeløpet (G). Du kan se på dette som en «rente» på sparepengene dine, som blir garantert av staten og er ikke avhengig av markedets svingninger. Når du ønsker å ta ut pensjonen din vil saldoen på sparegrisen bli delt på forventet gjenstående leveår (levealdersjustering), for deretter å bli utbetalt livet ut på månedlig basis slik som tidligere.

Viktig: Alle offentlige tjenstepensjonsordninger er ytelsesordninger, fordi de sikrer en fast livsvarig ytelse uavhengig finansielle svingninger. Ny offentlig tjenstepensjon er også en ytelsespensjon, selv om den er basert på en beholdning vi tjener opp underveis i yrkesløpet, og ikke på sluttlønn.

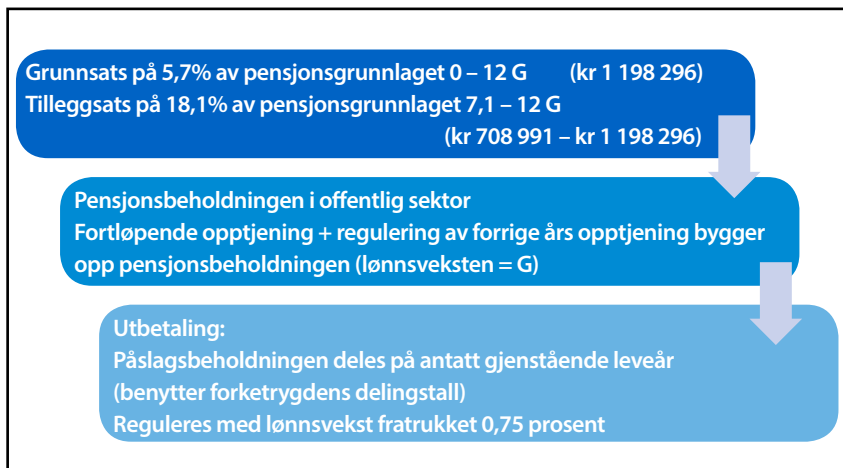
**Overgangsordninger**

I overgangen til ny offentlig tjenstepensjon vil det være flere overgangsordninger for de eldste i gruppen, blant annet et overgangstillegg for de født mellom 1963-1970. Hensikten er at overgangen fra gammelt til nytt regelverk skal være mest mulig rettferdig for de som ønsker å gå av tidlig. På vår hjemmeside, spk.no, kan du se eksempler på utregnet pensjon for ansatte født i 1963, 1973, 1983 og 1993.

**Særaldersgrense**

Det er per nå ikke vedtatt endringer i særaldersgrenser og særalderpensjon, men det foregår et arbeid mellom partene i arbeidslivet som er forventet å bli ferdig i løpet av 2020. Forsvarsansatte med særaldersgrense skal også tjene opp til en pensjonsbeholdning fra 2020, men det er avtalt at de som per 1.1.2020 har ti år eller færre til særaldersgrensen skal sikres ordninger som gjør at de ikke kommer dårligere ut enn dagens regler.

I påvente av nytt regelverk er det vedtatt en midlertidig videreføring av dagens ordning. Dette innebærer at du som har særaldersgrense 60 år, fremdeles kan gå av som 57-åring med en særalderpensjon tilsvarende 66 prosent av pensjonsgrunnlaget, dersom du har 30 års opptjeningstid. Merk at dette er en tidsbegrenset ytelse, og at pensjonen blir omregnet til «vanlig» alderspensjon når du fyller 67 år. Hvordan den skal omregnes vet vi enda ikke.





# DAG AASBØ TRAVEL

**Skal dere reise på foreningstur? En gruppereise er en sosial og hyggelig måte å oppleve verden på!**

Vi har sendt flere av deres avdelinger på turer i inn- og utland i mange år. Vi kan ordne **ALT** på turen; **transport, overnatting, mat, lokalguide** og **utflukter**. La deg inspirere av de flotte turene på vår hjemmeside, eller ring oss for et eget, skreddersydd program.

*“Vi har brukt Dag Aasbø Travel som reiseoperatør i mange år og vært veldig fornøyd med opplegg, reiseledere og guider. De er meget samarbeidsvillige, profesjonelle og kan anbefales til alle våre avdelinger i Forbundet”*

-reisekomiteen i FSF avdeling Horten



## DEILIG CRUISE I MIDDELHAVET

Her er et eksempel på tur for FSF avdeling Bodø som går høsten 2019. Fly tur/retur Bodø-Roma 1 overnatting i Roma med guiding før cruiset. Deretter en ukers rundreise med Costa Cruises flaggskip, vakre Costa Diadema, for ett 7 netters cruise til spennende destinasjoner som Marseille, Barcelona & Sardinia. Alle måltider inkludert om bord under hele cruiset og reiseleder med fra Norge!

**Priseksempel - 9 dager - Pris: 11 990,-**



## SPENNENDE MONTENEGRO

Vi skal arrangere tur for FSF avdeling Horten til Montenegro. Buss fra Horten til Gardermoen og direktefly tur/retur Dubrovnik. 7 netter på godt hotell med svømmebasseng i koselige Becici. Flere spennende utflukter med dyktig lokalguide under oppholdet. Frokost og middag inkludert alle dagene, samt reiseleder fra oss med på hele turen.

**Priseksempel - 8 dager - Pris: 8 990,-**



Overnatting, transport, mat, reiseleder, opplevelser & nye reisevenner inkludert!  
[www.dagaasbo.no](http://www.dagaasbo.no) - 37 15 70 31



*Cyberforsvarets teknikere gis en bred sambandsfaglig utdanning før de tar opp stillinger som spesialister i Forsvarets avdelinger.*

# *Det moderne Forsvarets* **avhengigheter og sårbarheter**



*Cyberforsvaret ble etablert i 2012 for å bøte på det moderne Forsvarets sårbarheter og for å imøtekomme nye avhengigheter. Men hva ligger egentlig til cyberforsvaret.*

I 2012 ble Cyberforsvaret opprettet som følge av erkjennelsen at moderniseringen og digitaliseringen av Forsvaret spesielt og militærmakt generelt ledet med seg et betydelig antall nye utfordringer, avhengigheter og sårbarheter som Forsvaret måtte forholde seg til.

Samtidig begynte man å ane konturene av helt nye trusler mot militærmakt og militære styrker. Digitale trusselaktører utviklet evner som hadde potensial for å sette digital infrastruktur ut av spill, og evne til å sabotere, angripe og slå ut moderne

forsvarsstrukturer gikk fra å være en teoretisk mulighet til en realitet. Det digitale angrepet på det iranske atomprogrammet, med cybervåpenet kjent som Stuxnet, viste at tradisjonelle beskyttelsesmekanismer som man baserte seg på, kunne omgås.

I parallell begynte militærteoretikere å snakke om digitale enheter, datanettverk og informasjon i rammen av et nytt militært domene, cyberdomenet. Militære organisasjoner var avhengig av dette domenet til alle moderne funksjoner, være det seg samvirkeoperasjoner, presisjonsstyring av våpen, logistikk og navigasjon. Effektene som ble høstet fra domenet var så sentrale for moderne militære operasjoner, var argumentasjonen, at man var avhengig av å tenke

på problemstillingene i et domenesperspektiv for å evne å planlegge og håndtere truslene og dermed sikre den operative evnen i møte med et fremvoksende trusselbilde.

Og trusselen vokste eksponentielt. Dels drevet frem av digitaliseringen av de vestlige samfunn, men også av statlige aktører innenfor etterretning og militære operasjoner. Kriminelle miljøer vokste frem hurtig og cyberkriminalitet vokste frem som en av de mest hurtig fremvoksende kriminelle formene i verden. Allerede for flere år siden overgikk cyberkriminalitet den internasjonale narkotikakriminaliteten. Kombinasjonen av kriminell virksomhet, aktivistmiljøer og statlige aktører har ledet til en betydelig kompetansevekst hvor miljøer lærer av hverandre, utvikler



metodikk og virkemidler basert på andres operasjoner og avslutningsvis investerer og reinvesterer betydelige ressurser inn i å utvikle nye metoder, verktøy og, i militær sammenheng, digitale våpen.

Med bakgrunn i dette bakteppet ble Cyberforsvaret opprettet i 2012. Oppdraget til organisasjonen var å styrke beskyttelsen av Forsvarets IKT- og sambandssystemer, og å sikre at effektene av digitaliseringen av Forsvaret og evnen til samvirke mellom Forsvarets øvrige avdelinger ble styrket.

#### **Fra INI til Cyber**

Cyberforsvaret ble etablert med utgangspunkt i en konvertering av daværende Forsvarets informasjonsinfrastruktur (INI) og med en tilsvarende organiseringsmodell som var utfallet

av organisasjonsutvikling 2B i 2010.

Den faglige utviklingen innenfor sjef Cyberforsvarets ansvarsområde viste raskt at organisasjonsmodellen var uhensiktsmessig både i forhold til ansvaret til sjef Cyberforsvaret, den teknologiske utviklingen, fagmilitær tenking rundt cyberdomenet og det stadig økende trusselbildet.

NATO erklærte cyberdomenet som et militært operativt domene i 2016, noe som startet et betydelig arbeid med utvikling av konsepter og doktriner, men også gjorde at alliansen søkte å inkludere cybersikkerhet og defensive cyberoperasjoner inn i sin operative virksomhet. Alliansens medlemmer ble også oppfordret til å styrkeprodusere kapasiteter som kunne benyttes til å understøtte medlemsland eller operasjoner hvor nødvendig.

Med bakgrunn i dette valgte generalmajor Inge Kampenes å reorganisere sin virksomhet i 2017 for å etablere en organisasjon som var bedre rustet til å håndtere de utfordringene Forsvaret står ovenfor i dag, og for å imøtekomme behovene til fremtidens moderne forsvar og det trusselbildet som vi se vokse frem.

For å styrke fokuset på de militære kapasitetene, rendyrke kommando- og kontrollforhold og for å gjøre organisasjonen mer forståelig valgte Kampenes å utvikle Cyberforsvaret til å gå fra to til seks underavdelinger. Senere ble Forsvarets arkivtjeneste flyttet til Forsvarets felles tjenester, og det er i dag fem underavdelinger i Cyberforsvaret.

#### **Organisasjon**

Cyberforsvarets CIS-regiment (CCR) er Cyberforsvarets sambandsavdeling





*I Cybersikkerhetssenteret følger militære cyberingeniører med på trafikken i Forsvarets datanettverk.*

ansvarlig for Forsvarets kommunikasjonsinfrastruktur og for å bringe frem samband til det taktiske nivået i Forsvaret. Regimentssjefen er operativ sjef i Cyberforsvaret, og i krise og krig fører han kommando over Cyberforsvarets operative avdelinger, til støtte for Forsvarets operative hovedkvarter sine operasjoner. Regimentet er organisert med tre bataljoner i henholdsvis Nord-, Midt- og Sør-Norge, i tillegg til et støtteelement på Reitan.

Cyberforsvarets IKT-tjenester (CIKT) er ansvarlig for sentral drift av IKT-systemene til Forsvaret, og for funksjoner som satellittkommunikasjon, nettkontroll og Cyberforsvarets driftssenter. IKT-tjenester er også ansvarlig for drift og videre utvikling av Forsvarets forvaltningssystemer, og for tjenesteleveransene ut til Forsvarets

avdelinger.

Cybersikkerhetssenteret (CSS) er ansvarlig for å sikre trafikken ut og inn av Forsvarets nettverk og infrastruktur. Oppdraget løses gjennom overvåking og deteksjon, og videre analyse av trusler og iverksettelse av defensive tiltak for å sikre Forsvarets operasjoner og avdelinger fra digitale trusler og angrep.

Cyberforsvarets våpenskole (CVS) er ansvarlig for kompetanse i Cyberforsvaret, og har en egen fag- og funksjonsrettet utdanning som utdanner cyberteknikere til spesialiststillinger i Cyberforsvaret og Forsvarets øvrige avdelinger. Våpenskolen er videre ansvarlig for faglig utvikling innenfor Cyberforsvarets fagansvar og fagmyndighet, støtte til investeringsaktivitetene i Forsvaret og

for konsept- og doktrineutvikling.

Cyberforsvarets base- og alarmtjenester er Cyberforsvarets operasjonsstøtteavdeling. De understøtter Cyberforsvarets virksomhet og operasjoner ved de garnisonene hvor Cyberforsvaret er lokal koordinerende myndighet, og er ansvarlig for overvåking av Forsvarets lagre og transporter av våpen og ammunisjon.

### **Videre utvikling**

Det er noen sentrale forhold som vil dimensjonere utviklingen av Cyberforsvaret videre. Allerede i 2017 erkjente generalmajor Inge Kampenes at Cyberforsvaret er marginalt bemannet for å kunne løse oppdragene våre i et krise- eller krigsscenario. Spesielt gjelder dette størrelsen på Cybersikkerhetssenteret og det gjelder evne til å



*CIS-regimentet leder Cyberforsvarets operasjoner fra sitt operasjonssenter på Jørstadmoen.*

gjenopprette og reparere kommunikasjonsinfrastruktur og fremføre samband til Forsvarets avdelinger.

Over de siste årene har det blitt gjort initiativer for å styrke disse områdene, men ressurstilgangen har gjort at Cyberforsvarets operative evne fortsatt er for svak.

Samtidig er det også en forankret erkjennelse av at investeringer innenfor IKT og teknologi som skal understøtte digitaliseringen av Forsvaret tar for lang tid. Spesielt siden den teknologiske utviklingen i samfunnet går så raskt som den gjør. Sjef Cyberforsvaret og sjef for IKT-kapasiteter i Forsvarsmateriell har derfor iverksatt en prosess for å se på alternative modeller for fremskaffelse av kapasiteter, og for strategiske samarbeidsrelasjoner med en eller flere næringslivsaktører for å levere

betydelige deler av Forsvarets IKT-behov.

Gjennom strategisk samarbeid søker sjefene i fellesskap å frigjøre ressurser som kan benyttes til å styrke de militære kjerneoppgavene som Forsvarssjefen er avhengig av i fredstid, men spesielt i krise og krig.

Det betyr at Cyberforsvaret i årene som kommer vil styrke cybersikkerhetsmiljøet og sin evne til å drive CIS-operasjoner, på bekostning av dagens oppdrag som IKT-leverandør. Det er også en utvikling som vil gjøre at Cyberforsvaret i fremtiden vil ha en større andel militært ansatte enn i dag, og dermed også styrke sin beredskap og reaksjonsevne.

Cyberforsvaret i fagmilitært råd I sitt fagmilitære råd som ble lagt frem i Oktober anbefalte Forsvarssjefen en betydelig styrking

av Forsvaret og Forsvarets operative evne. Han anbefalte en styrking av landmakten, Sjøforsvaret og Luftforsvaret, men også et betydelig antall av felleskapasitetene i Forsvaret.

I fagmilitært råd anbefaler Forsvarssjefen også å styrke Forsvarets evne til Cyberoperasjoner i betydelig grad. Både evnen til offensive og til defensive operasjoner. Det betyr i praksis en styrking av det offensive miljøet i Etterretningstjenesten, og av Cyberforsvaret som er ansvarlig for defensive operasjoner.

For Cyberforsvaret koker det fagmilitære rådet ned til tre punkter i fagmilitært råd. Kommunikasjonsinfrastrukturen skal styrkes, og med det styrkes evne til å fremføre informasjon, til å understøtte moderne militære kapasiteter, og til





*Cyberforsvaret er blant Forsvarets nyeste avdelinger, og skiller seg ut med sin særegne merkestruktur i sølv på purpur bakgrunn.*

å styrke redundans og robusthet i møte med den kinetiske og logiske friksjonen som vi må vente vil treffe Cyberforsvarets kapasiteter i en konfliktsituasjon.

Videre skal evnen til å understøtte operasjoner, fremføringen av samband, styrkes. Det er nødvendig både for å styrke kommando- og kontroll, men også for å understøtte de nye behov og krav som følger med et mer moderne og digitalisert forsvar. Disse to første punktene vil i hovedsak lede til en styrking av CIS-regimentet.

Det tredje punktet Forsvarssjefen trekker frem for Cyberforsvaret er evnen til å gjennomføre defensive operasjoner i det nye domenet. Det betyr en betydelig ambisjonsøking for Cybersikkerhetssenteret, men vil også bety at stabs- og ledelsesfunksjoner må styrkes fra strategisk og

operasjonelt nivå og helt ned til CSS.

### **Cyberforsvaret i fremtiden**

I fagmilitært råd anbefaler Forsvarssjefen en betydelig styrking av Cyberforsvaret i alternativ D (laveste ambisjonsnivå) og ytterligere styrking i de høyere ambisjonsnivåene siden Cyberforsvaret må bygges opp proporsjonalt med den strukturen som skal understøttes.

Uavhengig av hvilke beslutninger som kommer ut av den videre politiske behandlingen frem mot en ny Langtidsplan for Forsvaret, så vil noen trekk prege Cyberforsvaret på lang sikt.

For det første vil Cyberforsvaret fokuseres mot den militære kjernevirksomheten som følge av at deler av IKT-porteføljen i fremtiden settes ut til en strategisk samarbeidspartner.

Cyberforsvaret vil styrke sin evne til å understøtte Forsvarets operasjoner og moderne militære kapasiteter i hele konfliktspekteret, og vil styrke redundansen og robustheten i Forsvarets nettverk.

Videre vil økingen av den militære andelen av personellstrukturen øke beredskap og reaksjonsevne i Cyberforsvaret slik at den samsvarer med resten av styrkestrukturen.

Sist men ikke minst så vil Forsvarets evne til å beskytte seg mot digitale trusler styrkes, og Forsvaret vil styrke sitt ambisjonsnivå og sine evner til å gjennomføre defensive operasjoner i cyberdomenet slik at evnen til å beskytte Forsvaret mot digitale trusler og angrep samsvarer med trusselutviklingen.

*Knut H. Grandhagen  
Kommunikasjonssjef, Cyberforsvaret*

## På tur med Forsvarets seniorforbund, Agder



# Rhin-og Moseldalen med vinfestival

32 deltakere fra FSF-Agder deltok på turen.

Vi startet tidlig søndags morgen 1. september med buss fra Kristiansand til Color line ferje terminal i Oslo. Om bord var det duket for felles middag buffet med kjempegod mat. Etter middagen samlet deltakerne seg til hygge og moro. Det var uten tvil kvelden for høy "husker du faktor" blant våre medlemmer. Det er utvilsomt en av de største gledene ved slike turer at man møtes og kan friske opp minner og dele felles

episoder gjennom en lang karriere i Forsvaret. Kanskje ikke alltid like gøy for våre ektemaker, men de er vel vant med det.

Etter en god frokost om bord mandag, startet den lange bussturen fra Kiel til Rüdeseheim. Kjørte via Hamburg og Bremen. Korte stopp underveis for å strekke på beina. En skog av vindturbiner langs Autobanen. Da vi nærmet oss Rüdeseheim ble landskapet mindre flatt og mer severdig. Fellesmiddag på hotellet. Etter middagen var de

fleste slitne etter lang dag i buss så det ble tidlig kveld.

Dagen etter, onsdag var det duket for båttur ned Rhinen i et nydelig vær. Passerte mange små idylliske byer langs elven og mange staselige borger på høydene. Vinranker over alt. Det som imponerte var alle steinforbygningene med vinranker langs bratte åssider. Her ligger det mange generasjoners arbeide bak. Forlot båten på Sant Goarshaus. Der ventet bussen på oss og tok oss opp med imponerende presisjon gjennom





trange gater og krappe svinger til den 120 meter høye Loreley klippen. Her var det fantastisk utsikt ned mot elven og en kunne nesten høre sangen fra den skjønnne Sirene Loreley som lokket så mange elveskipper i ulykken i de farlige områdene langs elven. Deretter busset vi videre nedover langs Rhinen til Koblenz og stoppet ved Deutsches Eck Hvor elvene Rhinen og Mosel møtes. Tilbake til hotellet med minner om en opplevelsersrik dag.

Onsdag var avsatt til å bli kjent med Rudesheim for de som ønsket det. For andre var mulighet for

transport opp til det kjente, nesten 38 meter høye. Niederwaldmonumentet fra 1833. Monumentet symboliserer Tysklands seier over Frankrike i den fransk-tyske krig 1870 til 1871. Et imponerende monument.

For de som ønsket det var det mulig å spasere ned til hotellet gjennom frodige vinmarker. Etermiddag og kveld var avsatt til vinfestival i byen Bingen som lå på andre siden av Rhinen fra Rudesheim.

Torsdag ble avsatt til busstur til Moseldalen med korte stopp i byene Cochem og den maleriske

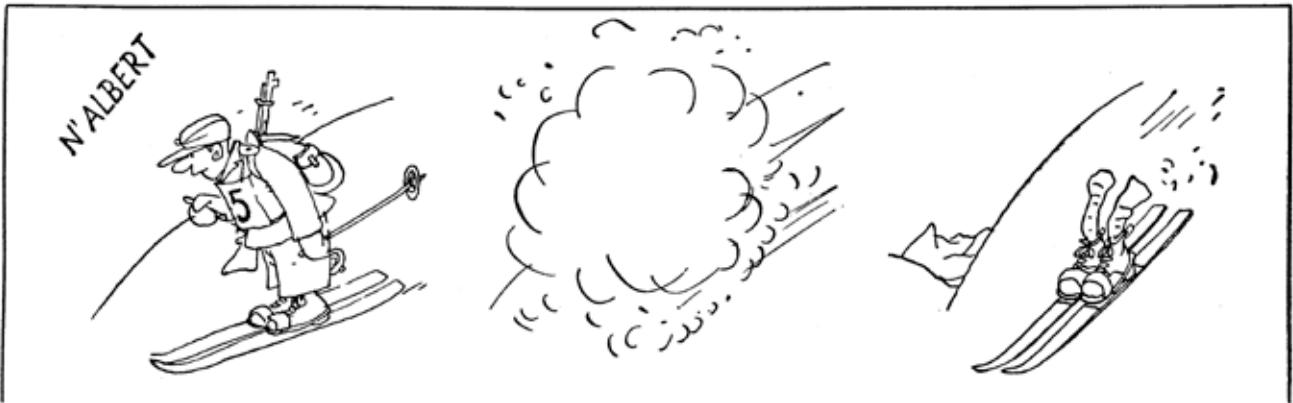
gamle byen Bernkastel-Kues. Denne dagen ble for mye bussing og for lite tid til å rusle rundt spesielt i Bernkastel-Kues med sine vakre bindingsverkshus og små vinkjellere hvor det var muligheter for vinsmaking.

Fredag og Lørdag var stort sett transportetapper med hjemkomst til Kristiansand lørdag ettermiddag.

En flott tur sammen med gode venner og kollegaer og mange opplevelser.

Trygt og godt opplegg fra Dag Aasbø travel. Men det ble mange lange bussturer.





# Eldre er ikke pleietrengende – eldre er ressurser

*Norge er et velstandsland der folk i all hovedsak lever lange, gode liv. Mange av oss lever nesten en tredel av livet som pensjonister. Mesteparten av disse årene er de fleste friske og aktive. Og vi lever livene våre som foreldre, besteforelder, venner, gode naboer og i frivilligheten. Den største forskjellen i overgangen fra lønnsinntaker til å bli pensjonist, er at vi ikke lenger går på jobb.*

Vi blir altså ikke pleie- og omsorgstrengende selv om vi blir eldre og avslutter vårt yrkesaktive liv. I mange sammenhenger kan det dessverre virke som om eldre er ensbetydende med omsorg. Dette forsterkes av politikerne som automatisk snakker om helse og omsorg når de har eldrebefolkningen. Dette avspeiles også i mediene.

Gode helse og omsorgstjenester er viktig. Som sykepleier og tidligere sykehjemsbestyrer er jeg den første til å fremheve betydningen av et samfunn som har gode tjenester for de syke og gamle høyt på den politiske dagsorden. Enkeltrom og god mat på sykehjemmene. Velferdsteknologi, tilsyn og sosial stimuli for de omsorgstrengende som bor hjemme. Dette skal vi kjempe for.

Men eldre er langt mer enn omsorg. I aldersgruppen 69 til 80 år er det kun 12 prosent av befolkningen som mottar omsorgstjenester, ifølge SSB. Med andre ord er det nærmere 90 prosent av denne gruppen som lever sine liv uten å belaste omsorgsapparatet.

Denne gruppen må fylle dagene med aktivitet og meningsfylte sysler til glede og nytte for seg selv, sine nærmeste omgivelser og

storsamfunnet. Dette for nettopp å kunne styre unna omsorgen så lenge som mulig.

Vi blir stadig flere i gruppen eldre. Og vi lever lenger. Og vi lever lenger som pensjonister. Da alminnelig pensjonsalder ble innført i 1973 levde vi 7,5 år som pensjonister. I fjor var gjennomsnittet for antall år vi levde som pensjonister 17.5 år. Mange lever så mye som 30 år som pensjonister.

Det snakkes om eldrebølgen som en tsunami av gamle mennesker som skyller inn over landet som om det skulle vært en stor ulykke. Dette stemmer dårlig med virkeligheten. De mange friske eldre er en betydelig ressurs som må brukes på en god måte. Og det er nettopp denne ressursen vi skal bidra til å ivareta vi som er utpekt av regjeringen til å være Rådet for et aldersvennlig Norge. Rådet skal støtte opp under programmet for et aldersvennlig Norge, og gjennom de områdene rådets medlemmer representerer, bidra til et godt samfunn for en aldrende befolkning.

Programmet for et aldersvennlig Norge er en del av regjeringens kvalitetsreform for eldre: «Leve hele livet». Et aldersvennlig samfunn



skal skapes ved å jobbe bredt og langsiktig. Arbeids- og næringsliv, kommuner og lokalsamfunn, sivilsamfunn og organisasjoner, kunnskaps- og forskningsinstitusjoner må involvere seg og jobbe sammen.

Programmet skal bevisstgjøre og mobilisere den eldre befolkning slik at de selv engasjerer seg i planleggingen av egen alderdom og bidrar til utforming av sine omgivelser.

Det er like mange år som skal fylles med et godt liv fra vi er 60 til vi er 90 som mellom 30 og 60. Det er også av stor betydning for den enkelte å kunne være til nytte og bidra i samfunnet. For å ha et godt og fullverdig samfunn må hele befolkningen være representert. Det ligger et stort potensial i den ressursen friske eldre representerer.

Det samlede verdibidraget til samfunnet fra pensjonister gjennom formelt og uformelt

frivillig arbeid er i en undersøkelse fra 2016 anslått til vel 45 000 årsverk, eller litt over 25 mrd. kroner. Potensialet for ytterligere bidrag fra pensjonister er stort. Ressursene de eldre representerer er av kritisk betydning for samfunnet. Enten vi utsetter pensjonsalderen eller engasjerer oss i samfunnet med andre oppgaver. Storsamfunnet må få opp øynene for det den eldre aldergruppen representerer. Og de eldre må selv få opp øynene for det de representerer. Vi kan ikke sitte og vente på at noen engasjerer seg i oss. Vi kan heller ikke bare bli sittende og kose oss ihjel. Vi må engasjere oss selv og samfunnet må engasjere seg i oss.

*Trude Drevland  
Leder Rådet for et aldersvennlig  
Norge*





*Fra badestranden på Bjørnøya med KV Svalbard i bakgrunnen.*

# Studietur til Svalbard

Jeg har vært heldig! Heldig fordi jeg fikk være deltaker på Folk og Forsvars og Den norske Atlanterhav komités (DNAK) studietur til Svalbard nå i september. Studieturen gikk til Svalbard, Bjørnøya og inkluderte tur med Kystvakten tilbake til Kystvaktbasen på Sortland. Et Kinder-egg av en tur med andre ord.

Områdene vi besøkte er Norges viktigste utenrikspolitiske interesseområde. Vi fikk et innblikk i kultur, historie, sikkerhets- og samfunnsutfordringer i denne delen av verden. Inkludert var et unikt innblikk i Kystvaktens viktige rolle og oppgaver som statens forlengede arm. Studieturen startet i Longyearbyen og hadde et innlagt stopp på Bjørnøya.

Deltakerne kom fra forskjellige departement og etater. Hver enkelt presenterte sine arbeidsområder noe

som ga oss informasjon om andres problemstillinger og utfordringer. Turen fikk dermed en ekstra interessant dimensjon ved at en rekke relevante temaer ble debattert og belyst.

Det varierte programmet startet i Longyearbyen, med besøk hos Sysselmannen, Lokalstyret, Universitetssenteret (UNIS) og Lufttransport. Det ble fokusert på Svalbard traktaten og måten Norge utøver sin suverenitet på øygruppen. En innføring om hvordan lokalsamfunnet er bygget opp og fungerer, ga oss en forståelse for de mange problemstillingene som eksisterer for samfunnet både på land og til sjøs.

Tre forhold ble særlig diskutert: endret næringsstruktur, demografi og klimaendringer. Det sier seg selv at det er utfordrende å bo i

sivilisasjonens ytterkant. Redningsberedskapen er svært viktig. Både isbjørn, vær og naturkrefter stiller krav, vi husker rasene som gikk i Longyearbyen i 2015 med tap av liv. Det forklarer behovet for effektive nødeter.

Presentasjonene inkluderte historier fra både opp- og nedgangstider på øygruppen. I Longyearbyen er det et spennende og moderne museum som formidler Svalbards fasinerende historie.

Det er mange personligheter som har mistet sitt hjerte til Svalbard og som har satt sitt preg på utviklingen av samfunnet på øygruppen opp gjennom tidene. Utviklingen har gjort at Svalbard er den nordligste bosetningen på disse breddegrader med en velfungerende infrastruktur. Svalbard er derfor spesielt godt egnet for forskning på utfordringer



*Greit å vite!*



*Her ligger Longyearbyen med avstandene til kjente byer.*

i polare strøk. På øygruppen er det i dag folk fra 57 land og det er et godt fungerende multi-kulturelt samfunn. Blant de internasjonale beboerne er studenter fra 25 land tilknyttet UNIS. Forskningen som utføres er viktig for å forstå konsekvensene av global oppvarming og man har blant annet anvendt forskning til hvordan og hvor man må bygge hus på permafrost. På Svalbard bruker UNIS naturen som laboratorium. Det skaper realisme i forskningen.

På patruljen tilbake til fastlandet ombord på KV Svalbard fikk gruppen et flott og realistisk innsyn av Kystvaktens oppgaver og utfordringer; hevdelse av norsk jurisdiksjon i norske havområder, kriminalitet, fiske, forurensning, og Kystvaktens erfaringer fra tidligere konflikter. Ettersom dette var et regulært tokt fikk vi oppleve og se

hvordan en realistisk arbeidsdag arter seg for Kystvakten. Noe skjer hele tiden. Sjelden opplever man gjestfrihet som gruppen ble gitt av Skipssjef og hele besetningen for øvrig!

Kontroll med ressursforvaltningen er en viktig oppgave som Kystvakten løser på en måte som skaper respekt på begge sider. Loven håndheves og utøvelse av suverenitet skjer med diplomatisk forutsigbarhet. Til tross for moderne teknologi, er Kystvaktens besøk på alle minisamfunnene på Svalbard viktige. Meteorologi stasjonene på Hopen og Bjørnøya får jevnlig besøk og blir forsynt med mannskapsbytte, post, mat og utstyr av Kystvaktens fartøyer. I tillegg får forskere støtte både med transport av utstyr og personell. Dette vi fikk demonstrert ved selvsyn da vi gjorde landstigning på Bjørnøya

der to forskere med utstyr ble hentet, samt at vi fikk besøke de 6 som bemanner Bjørnøya Metrologiske Stasjon 6 måneder av gangen.

Kystvaktens tilstedeværelse er avgjørende i disse områdene for alle som har sitt daglige virke i denne delen av Norge. Men så er da også mottoet til Kystvakten: Alltid tilstede – klare med det vi har. Et treffsikkert motto!

Turen må beskrives som et flott minne med godt og relevant faglig påfyll. Inkludert var også eksklusivt medlemskap i Bjørnøya nakenbadeforening med bad i havet som holdt knappe 4 grader. Det blir nok ikke en vane å bade i slike temperaturer!

Dersom man føler behov for faglig påfyll kan Folk og Forsvars studieturer absolutt anbefales!

*Av Per N. Svartefoss*





# BLI MEDLEM I DAG



**Melder du deg inn i perioden 1. september tom 31. desember deltar du i trekningen av et gavekort på 3000 kr.**

Forsvarets seniorforbund er en partipolitisk uavhengig medlems- og interesseorganisasjon for og av seniorer fra forsvarssektoren.

Vi er sentral samfunnsaktør som påvirker myndighetene i eldrepolitikk og pensjonsspørsmål.

Våre medlemmer er sivile og militære seniorer, så vel som deres livsledsagere og etterlatte.

Les mer om oss på: [www.fsforb.no](http://www.fsforb.no)

Vi tilbyr en møteplass for kollegaer, ekspertise om pensjon og individuell hjelp og råd og ikke minst et trivelig miljø på møter og reiser.

## Våre mål:

- ✓ Pensjonsrettigheter skal opprettholdes
- ✓ En pensjon som følger de yrkesaktives lønnsutvikling
- ✓ Fjerne aldersdiskrimineringen
- ✓ Flere seniorer i styrende organer
- ✓ Fremme Forsvarets stilling i samfunnet

## Dette får du som medlem hos oss:

- ✓ Et godt sosialt felleskap i aktive avdelinger
- ✓ En forsvarer av dine rettigheter
- ✓ Individuell hjelp og veiledning om pensjonsspørsmål
- ✓ Innflytelse i styrende organer lokalt og sentralt
- ✓ Oppdatert info om aktiviteter og pensjon i medlemsbladet og på web.
- ✓ Økonomiske fordeler gjennom rabattavtaler og medlemstilbud.



## Ikke vent – meld deg inn i dag!

Vennligst bruk innmeldingsskjemaet bak på bladet eller på websiden <http://www.fsforb.no>.

**PS: Melder du deg inn i perioden 1. september tom. 31. desember deltar du i trekningen av et gavekort på kr 3000. Kanskje er du den heldige.**





**Ny katalog!**

**5 %  
medlemsrabatt!**

Spennende fellesturer:

## EUROPA

**Scotland & Hebridene.** Fly/ buss 19.05 med ekspert Kristin Prestvold  
**Kystriksveien og Lofoten.** Buss/fly 01.07  
**Andalucia rundt.** Fly/buss 26.09 Anita Albir tematurer, vår og høst: Ipad/CD-kurs, Seniordans, Bridge, Fest-uke med artister, Sykkel - Trimtur. Vintur.  
**Fellestur & dans Calpe,** 23.05 & 31.10.

## USA



**Los Angeles, Las Vegas & Nasjonal -parker.** Fly/buss 02.03  
**Midtvesten og musikkbyer.** Fly/buss 12.05  
**Washington DC og New York med Ole O. Moen.** Fly/buss 11.09  
**Kyst til Kyst i USA via Yellowstone nasjonalpark.** Fly/buss 24.09



**Kort og langtidsferie til Albir, Altea, Gran Canaria og Thailand hele vinteren. Vi skreddersyr foreningsturer.**

**5 %  
medlems-  
rabatt!**

Se flere spennende reiser/reisemål i Solgruppens katalog  
 5% rabatt på ordinær pris trekkes ifra ved bestilling når du er medlem i FSF. Rabatten kan ikke kombineres med andre rabatter.



**Tlf. 73 53 50 12 solgruppen.no / amerikabussen.no**



## **Innspill til medlemsbladet «Medlemskontakt» (MK) fra regionene**

Forbundskontoret ønsker innspill til artikler og aktuelle saker til trykking i MK utover reisebrev. Hva er det viktige i din region? Hvilke saker opptar dere? Hva ble tatt opp på regionsmøtet, om dere har gjennomført det? Hvilke tilbakemeldinger har dere til resten av FSF eller til forbundskontoret? Hva er årsaken til at noen er langt mer aktive ververe enn de fleste av oss? Hvilke incentiver opplever dere er viktige for å være aktive ververe eller aktive i regionen eller avdelingen??

## **Hederstegn**

Frem mot landsmøtet i 2021 skal det igjen vurderes om det er noen som har gjort seg fortjent til å få utmerkelser i form av hederstegn. Disse blir kunngjort og normalt delt ut på landsmøtet. Forbundskontoret ber avdelingene om å nominere verdige kandidater med en begrunnelse og beskrivelse. Forbundskontoret vil komme tilbake til endelig frist for innspill.

## **Høringer:**

Forbundskontoret arbeider for tiden med 4 høringer. Et høringsnotat inneholder forslag til lov om Eldreombudet som skal danne rammen for Eldreombudets arbeidsområde og virksomhet. Helse- og omsorgsdepartementet foreslår at Eldreombudet skal bidra til å fremme eldres interesser, rettigheter og behov i samfunnet. Eldreombudet skal være selvstendig og faglig uavhengig. Regjeringen har bestemt at det nye Eldreombudet skal lokaliseres i Ålesund. Det andre høringsnotatet omhandler alderspensjon til tidligere mottakere av uføretrygd. Forslaget innebærer at alderspensjon til uføre født 1954 og senere skal levealdersjusteres på lik linje med alderspensjon for arbeidsføre, og at skjermingstillegget som har blitt innvilget til uføre i årskullene 1944 – 1953 ikke videreføres for yngre årskull. Det tredje høringsnotatet omhandler forslag til endringer i forskrift om en verdig eldreomsorg (samboergaranti). Regjeringen ønsker å heve kvaliteten på tjenesten til eldre

mennesker. Flere kommuner har allerede valgt å ta inn bestemmelser om samboergaranti i sine lokale forskrifter. Regjeringen vil nå legge til rette for at alle par skal få denne muligheten, uavhengig av hvilken kommune de tilhører. Det fjerde høringsnotatet omhandler forslag til utfasing av forsørgingstillegg til alderspensjon i folketrygden. Det innebærer at det ikke innføres ordninger i ny alderspensjon fra folketrygden som gir høyere alderspensjon til pensjonister som forsørger ektefelle eller barn. Videre foreslås det å gradvis fase ut forsørgingstillegg gitt etter dagens regler på en slik måte at man unngår store forskjeller mellom ulike årskull. Samtlige høringsutkast ble behandlet i forbundsstyre nr 6/19

## **Utvalgsarbeid**

Det ble på FSM nr. 5/2019 satt ned en del utvalg som skal jobbe frem mot landsmøtet i 2021. Utvalget som skal se på strategi og handlingsprogram m/budsjett startet opp sitt arbeid i november.

Utvalget ønsker innspill til eventuelle endringer i disse dokumentene så snart som mulig, i første omgang innen 29/2-2020. Forslag sendes inn til [heidi@fk.fsforb.no](mailto:heidi@fk.fsforb.no).

## **Vervekampanjer**

Pågående vervekampanjeperiode er 1. september - 31. desember 2019, med trekning av gavekort i januar 2020. For å rekruttere ververe og motivere til innsats, har Forbundsstyret bestemt at det blir gitt 2 poeng til verver per vervet medlem i denne perioden.

Vi minner også om at forbundskontingenten i perioden 1. oktober – 31. desember (hvert år) kun er kr 50. I tillegg kommer eventuell lokal kontingent. 50 kroner er det minste som kan betales i året for at medlemmet skal telle med når vi søker støtte til FSF. Denne må være betalt av medlemmet for å være med i trekningen av gavekortet i vervekampanjen.



## Reisebrev FSF Horten

# Tur til Montenegro

Tirsdag 24. september reiste 39 ungdommelige pensjonister fra Forsvarets seniorforbund avdeling Horten på tur til Montenegro. Turen var arrangert av Dag Aasbø Travel. Vi fikk en eminent reiseleder ved navn Nina som ikke kan roses nok for sin innsats. Først en busstur til Gardermoen, fly til Dubrovnik og buss til Becici, inkludert grensepassering mellom Kroatia og Montenegro. Vi ankom Tara hotell som er et fire stjernes hotell, men vi fikk rom i annekset, noe som ikke passet for pensjonister. Det var mye trapper uten rekkverk utendørs og bratte trapper innendørs. Vår reiseleder gjorde en utmerket jobb for å få byttet rom for de som hadde mest vansker med alle trappene. Det er også positive ting å si om hotellet som kort vei til egen strand, en utmerket stab som stelte rommene og

selvbetjening på vin til middag.

Reiseleder fikk ordnet med reserverte bord fra andre dag, og siden vi da satt samlet var det fritt fram for underholdning med både sang, diktlesing og gode historier både fra deltakerne og reiseleder.

I programmet var det lagt inn to dagsturer. Første tur gikk til Kotor og Budva. Det var gamlebyene som sto i fokus. I Kotor var det virkelig folksomt da 2 cruise skip besøkte byen samtidig med oss. Andre tur gikk til Cetinje og Njegos. Cetinje er den gamle hovedstaden i kongeriket Montenegro og fortsatt er presidenten bosatt der. Den gamle kongeresidensen er i dag museum slik at vi kunne se hvordan kongefamilien hadde det hjemme. Njegos er en liten landsby som er kjent for sin produksjon av røkt skinke og ost. Vi fikk selvfølgelig

smake på produktene. Vi hadde en utmerket lokal guide som var med på begge turene og under reisen fikk vi meget god informasjon om historie, økonomi, utdanning og helsesystemet i landet.

I tillegg arrangerte vår utmerkede reiseleder en improvisert to timers båttur inkludert lunsj. Det ble en flott tur hvor vi fikk se området Becici og Budva fra sjøsiden.

Resten av tiden koste vi oss på hotellets egen strand eller gikk inn til Budva for shopping eller ganske enkelt koste oss i det fine været.

Reisen hjem gikk i omvendt rekkefølge av utreisen og var problemfri.

Vi takker Dag Aasbø Travel for nok en fin tur og retter en spesiell takk til Nina.

# VETERANKALENDER 2020



**Veterankalender 2020**

1940 - 1945

**JUBILEUMSUTGAVE**

*Frigjørings & Jubileumsutgaven er dedikert alle dem  
som kjempet for Norges frihet*

Veterankalenderen utgis hvert år som en honnør og støtte til de ca. 100 000 veteraner som har deltatt i internasjonale operasjoner rundt om i verden og til dagens aktivt tjenestegjørende.

**Overskuddet av salget går til veteraner og deres  
pårørende som trenger hjelp i Norge.**

Veterankalenderen er laget av veteraner og stadig tjenestegjørende i alle ledd og utgis av «Veteraner hjelper Veteraner»

**I salg nå kr 250,- (eks. frakt)**



Bestill her:

[www.veterankalender.no](http://www.veterankalender.no)



## Reisebrev fra vår spennende reise fra Nice til Albir



Denne turen ble fort fulltegnet og dessverre ble det noen som ikke ble med, men de kan nå være med på ny tur til høsten. Vi kom med direktefly fra Oslo og Trondheim og vår kjære sjåfør Vizente stod med den nye flotte bussen i Nice og ventet på oss. Vi var en fin gjeng som fikk oppleve riktig fransk rivieraidyll. Både på båttur og opp til pittoreske St. Paul en Vence. Flott vær, trivelig selskap, god mat og en fantastisk natur og byperler. Vi besøkte Monaco på ettermiddagen noe som gjorde til at vi hadde byen nesten for oss selv og selv Fyrst Albert kjørte forbi når vi stod utenfor katadralen. Etter Cannes dro vi til et fantastisk område som heter Camargue. Her besøkte vi en gård med de karakteristiske sorte tyrene og de hvite hestene. Etter en velsmakende lunsj ble vi innført i en Camarguecowboys hverdag. Byene Aigues Mortes og Carcasonne er gamle middelalderbyer med bymurer og masse historie, sjarme og trivelig butikker og cafe´r. Vi hadde en fin tur i Pyreneene og bodde 2 netter i gamlebyen Andorra la Vella. Shopping, likørsmaking, masse lokal mat, fellesbilder og flott utsikt. Godt humør og trivelige og morsomme innslag fra gjester og reiseledere.

På vei til det hellige fjellet Montserrat besøkte vi også et ostemuseum og fikk smake lokal ost. Vi bodde ved klosteret og det var en stor opplevelse å høre guttkoret L'Escolana i kirken. Omgivelsene på ettermiddagen/kvelden var magisk. På vei til den gamle romerbyen Tarragona var vi på omvisning på Codorniu og fikk sightseeing og smake cava. Gamlebyen i Tarragona viste seg fra sin beste side. Etter ei god natts søvn dro vi til romerbyen Sagunto hvor det var lokale middelalderfestdager og det var dekorasjoner, boder, utkledd innbyggere etc. Mye og se på og vi spiste ute oppe ved amfiteateret nydelig fransk mat. Borgen var også en opplevelse med fantastisk utsikt. Vel fremme i Albir hadde vi oktoberfest med sammen med de som kom med fly. Rigmor holdt trim og liv i "sekserklubben". Mange aktiviteter og utflukter. Vi hadde bl.a en flott tur til Alcoy med foredrag og besøk på det norsk/svenske sykehuset. Se flere bilder på Solgruppens facebookside. Hilsen Anita



## Ny høsttur! Vi flyr til Malaga og så busstur. 26.09.20 Andalucias kjente og ukjente perler.

8 netters innholdsrik busstur og så er man så lenge man ønsker i Albir. Anita, Vizente og Rigmor er med på turen og har lagt inn flere overraskelser underveis. Ring 73 53 50 12 for program eller se på solgruppen.no



# MEDLEMSFORDELER



## CityMaid Hjemmeservice AS.

Forsvarets seniorforbund har inngått en rammeavtale med CityMaid Hjemmeservice som foretrukket leverandør av renhold til våre medlemmer i Sør Norge.

Ta direkte kontakt med CityMaid Hjemmeservice:  
Oslo, Akershus, Østfold, Drammen: Tlf 48 31 58 60  
Bergen m/omegn: Tlf 48 31 58 62  
Stavanger m/omegn: Tlf 48 31 58 63  
Trondheim m/omegn: Tlf 48 31 58 64  
Ved bestilling oppgi kode FSF2018



**Dag Aasbø Travel** er et familiedrevet reiseselskap som har spesialisert seg på foreningsturer og andre gruppereiser fra hele Norge til Europa.

Les mer på [www.dagaasbo.no](http://www.dagaasbo.no) eller ta kontakt på tlf. nr. 37 15 70 31. Alternativt ta kontakt på e-mail til [post@dagaasbo.no](mailto:post@dagaasbo.no).



MORE THAN 170 ISO 14001 CERTIFIED HOTELS

## Nordic Choice Hotels

Nordic Choice Commercial Services AS (NCCS) og Forsvarets seniorforbund har inngått en avtale hvor NCCS er valgt som hovedsamarbeidspartner for hotelltjenester.

Rabattsatser på 10% og 12% på hotellets ordinære prisnivå på ca 200 hoteller i Norge, Sverige, Danmark og Baltikum.  
Reservasjon via [www.choice.no](http://www.choice.no) eller tlf. nr. 22 33 42 00.



## Abonnement på tidsskriftet Kapital

Forsvarets seniorforbunds medlemmer tilbys 1 eller 2 års abonnement på bladet Kapital med 50% avslag i forhold til regulær pris.

Bestilling via e-mail til [abo@kapital.no](mailto:abo@kapital.no) eller tlf. nr. 23 33 91 50

## Bruk dine medlemsfordeler!



### Aksess & Daylight as.

Firmaet tilbyr profileringsartikler mm.

Se info på [www.adprofil.no](http://www.adprofil.no) eller ta kontakt på tlf. 64 98 05 10



### Montér. Leverandør av byggevarer mm.

Rabatter for Forsvarets seniorforbunds medlemmer. FSFs medlemmer som kan dokumentere medlemskap, gis rabatt når de handler i Montér sine butikker. Rabatten er forskjellig fra varegruppe til varegruppe og gjelder kun ved kontant salg. Ved større innkjøp oppnås spesialpris etter avtale med butikksjefen i hvert enkelt tilfelle. Oppgi kundenummer 103001084.



### DekkTeam

Rabatter for FSF medlemmer på dekk, felger, kjettinger, batterier og dekkhotel.

Flere detaljer og priser, se Medlemsfordeler på FSF hjemmeside.

For mer info om DekkTeam, avdelinger og utsalgssteder se: [www.dekkteam.no](http://www.dekkteam.no), eller ring 80033558



### Solgruppen

Reisearrangør Solgruppen har over 22 års erfaring.

Reiseglede – trygghet - trivsel og fellesskap.

Nå får du 5% rabatt på ordinær pris når du er medlem i FSF.

Rabatten kan ikke kombineres med andre rabatter.

Les mer på [www.solgruppen.no](http://www.solgruppen.no) eller ring 73 53 50 12



### Mekonomen

Det gis 30 % rabatt på veiledende priser i våre butikker.

Medlemmet må oppgi kontonummer 405710 eller Forsvarets seniorforbund. På forespørsel må medlemskort forevises.

Kontoen kan brukes i alle butikker i Norge. Kun kontant oppgjør/kontantkort. Kreditkort kan ikke benyttes.

Du kan også lese mer om dine medlemsfordeler på vår hjemmeside; [www.forsvarets seniorforbund.no](http://www.forsvarets seniorforbund.no)





## FORSVARETS SENIORFORBUND

er forsvareren og møteplassen for deg som senior fra Forsvaret og forsvarsinteresserte seniorer.

### DETTE ER VI:

Forsvarets seniorforbund (FSF) er en uavhengig medlemsorganisasjon for alle med tilknytning til Forsvaret. Vi er en rådgiver på pensjon for Forsvarssjefen.

Som samfunnsaktør forsvarer vi eldres interesser generelt og våre medlemmers pensjonsrettigheter spesielt. Vi samarbeider tett med Statens Pensjonskasse.

Som seniororganisasjon kan vi bedre enn noen koble kunnskap om Forsvaret, innsikt i forsvarspersonells situasjon og kjennskap til statspensjon.

- Vi har medlemmer fra hele forsvarssektoren, med både sivile og militære seniorer.
- Vi har lokale avdelinger rundt om i landet, med sosiale møter og faglig informasjon.

### DETTE VIL VI:

#### FSF vil fremme medlemmens kår og påvirke statens seniorpolitikk

Vi aksepterer ikke at seniorer fratas opparbeidede pensjonsrettigheter, og kjemper for en forutsigbar pensjon og en verdig alderdom.

Vi ønsker flere seniorer inn i styrende organer for å redusere et demokratisk underskudd, og påvirke myndighetene på vegne av medlemmene.

Vi vil oppheve aldersgrensene i arbeidslivet for å unngå at noen tvinges ut i pensjonisttilværelse, og forhindre at pensjonens realverdi svekkes.

### DETTE GJØR VI SENTRALT:

#### Sentralt er FSF en forsvarer av medlemmenes rettigheter

FSF forsvarer medlemmenes rettigheter bl.a. gjennom drøftinger med myndighetene.

FSF påvirker seniorers interesser bl.a. gjennom statsbudsjettet og trygdeoppgjøret.

FSF deltar i politiske debatter og prosesser sentralt og lokalt, inkl. deltakelse i eldreråd.

- Vi samarbeider nært med Statens Pensjonskasse (SPK).
- Vi deltar med orienteringer på Forsvarets seniorkurs.

### DETTE GJØR VI LOKALT:

#### Lokalt er FSF en møteplass for samvær i avdelingene

FSF samler forsvarsseniorene og gamle kolleger til sosialt fellesskap i lokalavdelingene.

FSF arrangerer en rekke aktiviteter lokalt, inkl. foredrag og reiser i inn- og utland.

FSF oppdaterer medlemmene på forsvar og pensjon, og formidler kontakt for rådgiving

- Vi tilbyr sosial aktivitet og faglig støtte til medlemmene.
- Vi arbeider for å styrke Forsvarets stilling i samfunnet.

### DETTE FÅR DU:

#### Du skal bli medlem fordi det lønner seg!

Du blir del av den største seniororganisasjon i staten – og bidrar til felles styrke.

Du blir medlem av en lokal avdeling – og tar del i fellesskapet og sosialt samvær.

Du nyter godt av vår påvirkning av myndighetene og forsvar av dine rettigheter.

Du nyter godt av våre kontakter, og oppdatert informasjon om pensjonsspørsmål.

Du nyter godt av vår ekspertise, og kan få individuell veiledning i pensjon og arv.

Du får vårt medlemsblad fire ganger i året – og -fordeler fra flere leverandører.

- Du kan utnytte vår ekspertise og fra Statens Pensjonskasse.
- Du kan opprettholde kontakt med kolleger, og få et nettverk.



## FSF – Agder

Leder Kjell A. Ingebrigtsen  
Vigvollåsen 12/37  
4635 Kristiansand S  
979 80 439  
agder@fsforb.no

## FSF - Andøy

Leder Hilgunn Kristiansen  
Haugnesveien 24  
8480 Andenes  
970 43 249  
andoey@fsforb.no

## FSF - Bergen

Leder Lars Terje Sætre  
Vatnaneset 23  
5174 Mathopen  
55500104/911 84 348  
bergen@fsforb.no

## FSF - Bjerkvik

Leder Jan Lundli  
Vassdalsveien 425  
8530 Bjerkvik  
412 73 564  
bjerkvik@fsforb.no

## FSF - Bodø

Leder Egil Sletten  
Hokåsflata 27  
8028 Bodø  
906 88 909  
bodoe@fsforb.no

## FSF – Drammen

Leder Eirik Davidsen  
Krystallveien 31  
3478 Nærnes  
930 16 971  
drammen@fsforb.no

## FSF - Elverum

Leder Hans Harviken  
Blåbærveien 31  
2409 Elverum  
917 38 695  
elverum@fsforb.no

## FSF - Fredrikstad

Leder Jan Henning von  
Hafenbrådl  
Lundegårdsvei 53 A  
1710 Sarpsborg  
69703707/917 48 705  
fredrikstad@fsforb.no

## FSF - Gardermoen

Leder Jan Bye Iversen  
Myrvegen 70 B  
2052 Jessheim  
924 48 993  
gardermoen@fsforb.no  
FSF - Halden/Sarpsborg  
Leder Bjørnar Nyborg  
Balders vei 20  
1751 Halden  
476 15 020  
haldensarpsborg@fsforb.no

## FSF - Hamar

Leder Helge Ringdal  
Kobberveien 15  
2322 Ridabu  
906 56 820  
hamar@fsforb.no

## FSF - Harstad

Leder Bjørn Harald Rydeng  
Fjordgt. 9 L,  
9405 Harstad  
952 43 523  
harstad@fsforb.no

## FSF - Haslemoen

Leder Jan Tore Olsrud  
Gistivegen 360  
2436 Våler i Solør  
992 22 014  
haslemoen@fsforb.no

## FSF - Horten

Leder Kåre Birger Grebstad  
Jensebråten 11  
3189 Horten  
400 35 941  
horten@fsforb.no

## FSF - Indre Troms

Leder Øystein Figenschau  
Bakkeveien 26  
9360 Bardu  
77181486/950 36 259  
indretroms@fsforb.no

## FSF - Ingeniørvaapnet

Leder Ole Sannes  
Teglverksvn 8  
3517 Hønefoss  
414 56 708  
ingenioervaapnet@fsforb.no

## FSF - Kjeller

Leder Arne Kr. Karlson  
Frydenlundsgate 7 A  
2010 Strømmen  
975 45 949  
kjeller@fsforb.no

## FSF - Kongsberg

Leder Stein Øseth  
Sverre Stordahlsvei 7  
3613 Kongsberg  
951 65 271  
kongsberg@fsforb.no

## FSF - Kongsvinger

Leder Kåre Lødding  
Multeveien 1  
2209 Kongsvinger  
400 34 634  
kongsvinger@fsforb.no  
FSF - Levanger/Verdal  
Leder Einar M Aasen  
Leirabekkevegen 3  
7604 Levanger  
74081896/907 41 852  
levangerverdal@fsforb.no

## FSF – Lillehammer

Leder Einar Brusveen  
Gamle Røislivegen 1  
2611 Lillehammer  
926 13 304  
lillehammer@fsforb.no

## FSF - Midt-Troms

Leder Per-Ivar Klingenberg  
Utsikten 2  
9325 Bardufoss  
413 14 221  
midttroms@fsforb.no

## FSF - Mosjøen

Leder Ragnar Olsen  
Mathias Brunsgt 20 C  
8657 Mosjøen  
906 72 064  
mosjoen@fsforb.no

## FSF - Oslo

Leder Thor Lysenstøen  
Risløkkveien 42  
0583 Oslo  
990 92 481  
oslo@fsforb.no

## FSF - Porsanger

Leder Tor Reidar Boland  
Neidamaringen 20  
9700 Lakselv  
920 94 833  
porsanger@fsforb.no

## FSF - Ringerike/Hole

Leder Jan Egil Lyng  
Viksveien 7  
3530 Røyse  
905 53 839  
ringerikehole@fsforb.no  
jan.egil@probuscoaching.no

## FSF – Rogaland

Leder Barbro Heløe Frøisland  
Joavegen 187  
4055 Sola  
934 37 672  
rogaland@fsforb.no

## FSF - Rygge

Leder Nils Tangeland  
Parkveien 22  
1580 Rygge  
69261688/971 36 284  
rygge@fsforb.no

## FSF - Stavern

Leder Hans Sigurd Iversen  
Gunnar R Andersens gt. 133  
3259 Stavern  
928 27 926  
stavern@fsforb.no

## FSF - Steinkjer

Leder Roy Corrin Grøttheim  
Kanefartsvegen 30  
7712 Steinkjer  
916 64 224  
steinkjer@fsforb.no

## FSF - Trondheim

Leder Gudmund Beitland  
Julianus Holmsveg 22  
7041 Trondheim  
901 12 468  
trondheim@fsforb.no

## FSF – Vesterålen

Leder Per-Erik Eriksen  
Vesterålstgt.  
8400 Sortland  
470 14 090  
vesteraalen@fsforb.no

## FSF – Vestoppland- interrimstyre

Leder Gunnar Andreas Hauglien  
Vestbyveien 25  
2830 Raufoss  
900 56 478  
vestoppland@fsforb.no

## FSF - Voss

Leder Ole Johan Sanden  
Høydalane 17  
5705 Voss  
478 13 719  
voss@fsforb.no

## FSF - Værnes

Leder Ole Myrbekk  
Værnesgata 15  
7503 Stjørdal  
900 98 914  
vaernes@fsforb.no

## FSF - Ørland

Leder Trond Amundsveen  
Vardeveien 12  
7140 Opphaug  
962 34 841  
oerland@fsforb.no

## FSF - Øst Finnmark

Leder Sigfred K Kalvik  
Parkveien 10  
9800 Vadsø  
976 43 801  
oestfinnmark@fsforb.no

## FSF - Øvre Romerike

Leder Harald Olav Blakseth  
Homlenveien 36  
2072 Dal  
416 99 745  
oeverromerike@fsforb.no

*Oppdatert: 21.11.2019*



# Bli medlem i Forsvarets seniorforbund

## INNMELDINGSBLANKETT

### Medlem

Etternavn \_\_\_\_\_ Fornavn \_\_\_\_\_ Født \_\_\_\_\_ Mobil \_\_\_\_\_

E-post \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_ Post nr \_\_\_\_\_ Sted \_\_\_\_\_

Ønsket lokalavdeling \_\_\_\_\_

Signatur\* \_\_\_\_\_

Vi anbefaler at samboer/ektefelle også søker medlemskap:

Etternavn \_\_\_\_\_ Fornavn \_\_\_\_\_ Født \_\_\_\_\_ Mobil \_\_\_\_\_

E-post \_\_\_\_\_

Signatur\* \_\_\_\_\_

\* Ved min/vår signatur bekrefter jeg/vi at opplysningene er riktige. Jeg/vi samtykker til at de registreres i Forsvarets seniorforbunds medlemsregister. (Se vår hjemmeside for Personvernerklæring.)

Vervet av \_\_\_\_\_

**Som medlem er du tilsluttet forbundets sentralt med lokal tilhørighet i en avdeling.**

**Hva koster medlemskapet?**

**50 kroner fom 1/10-19 og ut året**

**+ lokal kontingent**

**Fra og med 1/1-2020 250 kroner per år**

**+ lokal kontingent**

**Du kan melde deg inn via [www.fsforb.no](http://www.fsforb.no)/(bli medlem)**

**FSF**

**ER STØRST I STATEN**

**ER TETT PÅ FORSVARET OG KAN PENSJON**

**Les mer om oss på websiden: [www.fsforb.no](http://www.fsforb.no), og møt oss på facebook: [www.facebook.com/forsvarets-seniorforbund/](https://www.facebook.com/forsvarets-seniorforbund/)**